

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

Llevarse bien con los compañeros de clase

Promover la habilidad fundamental de tener perspectiva en los niños de edad escolar
Seis estrategias que funcionan para ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales

Pregunta: Mi hijo de seis años tiene algunos problemas al interactuar con sus compañeros de clase. Se queja que los niños lo tratan “mal” y a veces les pega cuando siente que son injustos con él. Su maestro no cree que lo acosan y me aconseja darle algo de tiempo para madurar. ¿Cómo puedo ayudarlo a manejar sus amistades de manera exitosa?

Los niños que entienden sus pensamientos y sentimientos, como también los de los demás, son más capaces de manejar situaciones sociales difíciles o frustrantes. Puede ayudar a su hijo a llevarse mejor con sus compañeros de clase promoviendo la habilidad fundamental de tener perspectiva.

Alison Gopnik de la Universidad de California en Berkeley explica el por qué tener perspectiva es una habilidad fundamental para el futuro de los niños:

Si queremos ser exitosos y trabajar con otras personas, necesitamos entender a la gente a nuestro alrededor, especialmente lo que ocurre dentro de sus mentes.

1. Asegúrese que no sea una situación de acoso. Aun si el maestro no cree que sea acoso, quizá usted quiera investigar un poco más. Pídale al maestro que describa exactamente lo que pasa en la escuela, usando ejemplos específicos. Vea si su hijo puede describir la situación desde su perspectiva. Conocer los detalles le permitirá ayudar a su hijo con mayor eficacia. Si aún piensa que lo acosan después de haber escuchado los detalles, puede buscar ayuda adicional de un consejero escolar o privado.

Larry Aber de la Universidad de Nueva York ha estado estudiando la agresividad de los niños por muchos años. Encontró que los niños estaban más dispuestos a ser agresivos si tenían lo que llamó una tendencia a atribuir hostilidad. En otras palabras, algunos niños llegan a la conclusión que alguien está siendo hostil (o “malo”) en contra de ellos, aun cuando no hay suficiente información para estar seguros de la intención de esta otra persona. En sus estudios, Aber y sus colegas encontraron que cuando pudieron ayudar a los niños a entender los sentimientos y comportamientos de los demás, tenían mucho menos probabilidad de actuar agresivamente, meterse en problemas y pelear.

- 2. Ayude a su hijo a ver todo el panorama.** Tomar un paso atrás y tratar de entender la situación en general es un aspecto importante de tener perspectiva. Puede ayudar a su hijo a aprender cómo evaluar e interpretar las situaciones sociales complejas:
- Animándolo a pensar sobre las respuestas de las personas a las situaciones cotidianas, haciendo preguntas tal como: “¿Por qué piensas que tu tía se enojó cuando su amiga le dijo que se veía cansada?”; y
 - Pidiéndole a su hijo que piense sobre las intenciones de los personajes en los libros, las películas y la televisión. Puede animar a su hijo a pensar sobre lo que los personajes hacen y cómo se sienten, haciendo preguntas tal como: “Me pregunto por qué el personaje principal le gritó a su hermanita. ¿Cómo crees que se sentía?”. Luego, puede pedirle a su hijo que aplique el mismo tipo de análisis a lo que pasa en la escuela.
- 3. Practique el desarrollo de las habilidades sociales con su hijo.** Cuando los niños hacen dramatizaciones, “prueban” diferentes perspectivas y experimentan con la manera en que los demás se sienten y piensan.
- Intente actuar una situación en la que hubo un conflicto o invente un escenario parecido al que vive su hijo en la escuela.
 - Pídale a su hijo que intercambie papeles con usted. Usted puede ser su hijo y el puede ser usted.
 - Después de dramatizar con su hijo, piensen juntos en otras maneras de enfrentar la situación sin pegar; de esa manera estará



promoviendo la habilidad de resolver problemas y conflictos.

El objetivo de este tipo de juego es ayudar a su hijo a ver sus experiencias desde otra perspectiva, mientras lo ayuda a resolver la situación en la escuela. ¡Diviértase!

Ross Thompson de la Universidad de California en Davis concluyó a través de sus investigaciones y las de sus colegas que la manera en que los niños aprenden a entender “lo que ocurre dentro de los corazones y las mentes de los demás” depende de cómo los padres interpreten “los eventos cotidianos en sus vidas”.

4. Continúe hablando sobre los sentimientos y los pensamientos de los demás—empezando por los suyos.

Puede promover la habilidad de tener perspectiva al hablar todos los días sobre los pensamientos y sentimientos. Su hijo depende de usted para aprender a nombrar las emociones y a responder al mundo a su alrededor.

- Comparta sus sentimientos con su hijo sin abrumarlo. Puede decir cosas tal como: “Tuve un día difícil así que estoy de mal humor”.
- Luego, comparta sus estrategias para manejar estos sentimientos, tal como: “No voy a gritarle a las personas, sino que voy a esperar hasta que me calme para hablar con mi jefe, decirle lo que me molesta y ver si podemos pensar en una mejor solución”.
- Utilice las películas y la televisión para hablar sobre los personajes, sus sentimientos y las situaciones en las que se encuentran. Durante la conversación, intente hacer conexiones con la vida de su hijo.

La Academia Americana de Pediatría hace varias sugerencias de cómo ayudar a su hijo a manejar las emociones difíciles. Puede dejarle saber:

- “Todos nos enojamos de vez en cuando, pero si le pegas a los demás en vez de resolver el problema, ellos solo van a querer pegarte a ti”.

5. Ayúdele a su hijo a entender el impacto de su comportamiento sobre los demás. El tipo de estrategias que utilizan los padres para disciplinar afecta el comportamiento de sus hijos, como también su capacidad para entender la perspectiva de los demás.

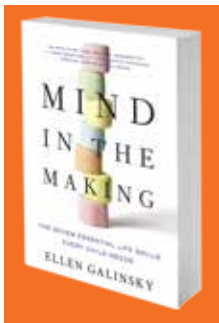
Martin Hoffman de la Universidad de Nueva York hizo un estudio de diferentes técnicas de disciplina y encontró que las más efectivas eran las técnicas de disciplina enfocadas en los demás. En estas técnicas, los padres resaltan el impacto que tiene el comportamiento de sus hijos sobre los demás. Por ejemplo, si usted ve que su hijo le pega a otro niño, una técnica de disciplina enfocada en los demás sería decir: “Te aseguro que cuando le pegas a tu compañero se enoja y no quiere jugar contigo. ¿Qué otras estrategias puedes usar para resolver el problema que tuviste con él?”.

6. Piense en la disciplina como una oportunidad para enseñar. Hoffman también encontró que cuando se usaban las técnicas de disciplina enfocada en los demás, era más probable que los niños escucharan y fueran más considerados. Cuando los niños aprenden el impacto de su comportamiento sobre los demás, empiezan a hacer conexiones entre sus acciones y lo que los motiva a actuar de esa manera.

Pero, si los padres combinaban las técnicas de disciplina enfocadas en los demás con unas muy severas (amenazas o golpes), las técnicas no eran efectivas. El poder de la disciplina severa elimina las lecciones de la disciplina enfocada en los demás. Cuando necesita decir “no” para parar el mal comportamiento de un niño o darle una consecuencia, hágalo de una manera firme pero tranquila.

Estas seis estrategias lo ayudarán a ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales de manera divertida y práctica.

Tener perspectiva implica mucho más que tener empatía. Requiere entender lo que los demás piensan y sienten. Es una parte fundamental de cómo los niños entienden las intenciones de sus padres, maestros y amigos. Los niños que pueden entender la perspectiva de los demás también tienen menos probabilidad de involucrarse en conflictos.



La mente en formación, desarrollado por *Families and Work Institute* (FWI), es un esfuerzo sin precedente dedicado a compartir la ciencia del aprendizaje infantil con el público en general, las familias y los profesionales que trabajan con niños. Basado en *La mente en formación: Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita* (HarperCollins, 2010) de Ellen Galinsky, presidenta de FWI, su misión es promover las habilidades de la función ejecutiva en los adultos y a través de ellos, en los niños, para poder mantener viva y brillante la llama del aprendizaje dentro de todos y cada uno de nosotros.

Prescripciones para el aprendizaje son apoyadas por la Fundación Popplestone.

Visitenos en mindinthemaking.org. Síguenos en [Facebook.com/MindInTheMaking](https://www.facebook.com/MindInTheMaking) o en [Twitter.com/MITM_FWI](https://twitter.com/MITM_FWI).

© 2014 Families and Work Institute. Todos los derechos reservados.

Descargo de responsabilidad: Cualquier información de consultoría o enseñanza incluida en esta hoja de actividades está diseñada para ser un consejo general y no debe tomarse como un consejo para aplicar a una situación o un niño específico. Antes de escoger un cuidado o proceso educativo para su situación particular, se le aconseja a los padres y otros individuos que busquen una consulta profesional o la consejería de un profesional certificado para trabajar con familias. Ni Families and Work Institute ni cualquier otro individuo nombrado en esta hoja se hará responsable de las acciones que usted tome a causa de las sugerencias incluidas en esta hoja.

